

REIKI, SENTIERO DI CONOSCENZA

Milano, 3 ottobre 2019

Relatori: Eva Molino, Gabriella Piazza, Federico Scotti

EVENTO IN COLLABORAZIONE CON



CUORI REIKI



My Reiki
Cuore, Mente, Spirito



Reiki e relativismo scientifico

Una chiave di lettura della disciplina

Federico Scotti

Obiettivi e argomenti

OBIETTIVO 1: offrire una chiave di lettura di Reiki condivisibile da chiunque perché indipendente dalle credenze personali di ognuno.

OBIETTIVO 2: fornire uno strumento utile a chiunque intenda proporre la terapia Reiki anche in contesti scientifici.

ARGOMENTI:

- Breve storia di Reiki
- Cos'è Reiki: distinzioni terminologiche
- Senso comune e relativismo scientifico
- Una chiave di lettura relativistica di Reiki

Breve storia di Reiki

- 1922 – Mikao Usui crea la disciplina di Reiki e fonda la Usui Reiki Ryoho Gakkai
- 1926 – Morte di Usui
- 1931 – Hayashi fonda la Hayashi Reiki Kenkyu Kai
- 1938 – Hawaio Takata impara Reiki da Hayashi
- 1940 - Reiki si diffonde in Occidente



心身改善 臼井靈氣療法授者同一
大正二十九年一月十六日



4 correnti Reiki in Occidente

- Reiki Alliance → Reiki Occidentale
 - Komyo Reiki
 - Gendai Reiki
 - Jikiden Reiki
- Reiki Tradizionale Giapponese
-

N.B. Tutte le 4 correnti sono riconducibili ad Hayashi.

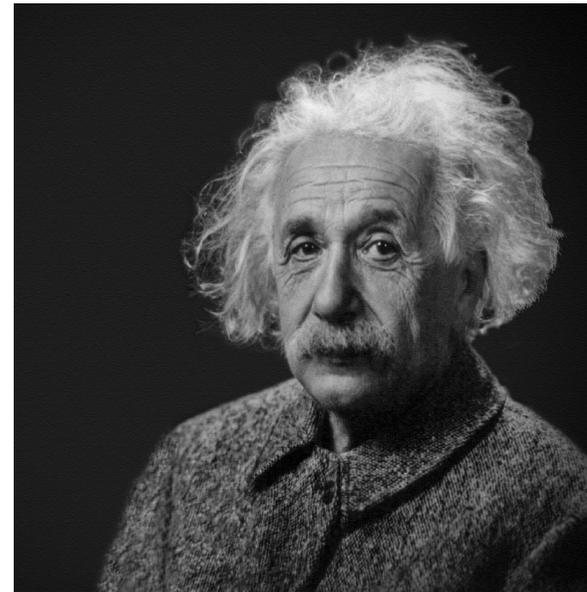
Distinzioni terminologiche

- **Reiki** = nome dell'Energia
- ***Shin Shin Kaizen Usui Reiki Ryoho*** = disciplina

Spesso la semplificazione Reiki = disciplina crea problemi nella comprensione di Reiki generando fraintendimenti anche importanti.

Senso comune e relativismo scientifico

- Senso comune (Newton / 5 sensi): universo = binomio materia / energia
- Relativismo scientifico (Einstein): universo = relazioni fra particelle



Reiki per il senso comune

- Energia universale
- L'operatore Reiki è un *canale* attraversato dall'Energia Reiki
- L'Energia Reiki è intelligente e va dove serve

- Il senso comune attribuisce **troppa importanza all'energia Reiki** e troppo poca all'operatore.
- Il senso comune è costretto ad introdurre dei concetti poco chiari e di dubbia interpretazione per spiegare il "funzionamento" dell'Energia Reiki.
- L'energia Reiki **appare un "fluido magico"** che tutto sa e facilmente si presta a interpretazioni personali di tipo religioso (es. Reiki = Dio)
- Il senso comune cerca di dare una spiegazione di come funziona Reiki ma **non riesce a dare una spiegazione convincente** di quando non funziona. Quando non funziona spesso introduce concetti religiosi tipo karma o destino della persona.
- L'interpretazione di Reiki del senso comune ha senso solo tra persone che **condividono a priori** la stessa base comune di credenze.
- L'interpretazione del senso comune **non è efficace per spiegare Reiki a tutti, indipendentemente dalle credenze personali.**

Reiki attraverso il relativismo scientifico

- Reiki = energia universale = Universo
- L'Universo (Realtà) è definibile come l'accadere di relazioni. Nessuna relazione = nessun Universo.
- **Risonanza:** relazione tra le particelle indipendente dallo spazio-tempo. Le particelle entrano in relazione di coerenza di fase tra di loro.
- Centralità del concetto di **relazione di risonanza** (armonica o disarmonica)
- **L'Armonia** è definibile come la qualità della relazione di risonanza tra le particelle. Ci sono quindi risonanze armoniche e disarmoniche.
- Il concetto di **disarmonia è proprio dei sistemi locali** (es. sistema mente / corpo) ma non ha senso nell'accadere delle relazioni che determinano l'Universo. Non ha senso parlare di Universo disarmonico.
- La disarmonia locale è definibile **come perdita di coerenza armonica** nella relazione di risonanza tra le particelle
- **Reiki agisce per risonanza:** nessuno scorrere, nessun fluire dell'Energia. L'operatore è in risonanza con Reiki e trasferisce per risonanza un ritmo armonico alla persona su cui esegue un trattamento Reiki.
- **L'Energia Reiki non è "intelligente":** le particelle che hanno perso coerenza armonica tornano in una relazione armonica tra di loro per mezzo della relazione di risonanza con Reiki.

Conseguenze

- **Centralità dell'operatore Reiki.** L'Energia Reiki è lo strumento all'interno di una disciplina ben strutturata.
- Più l'operatore segue le regole della disciplina e più è **in risonanza con l'Energia Reiki.**
- Maggior risonanza con Reiki = maggior efficacia del trattamento.
- **L'operatore è responsabile del 50%** nell'operazione di armonizzazione. (50% tecnico).
- L'altro 50% non è nelle mani dell'operatore ma è **rintracciabile nell'ampiezza delle interferenze** (interne ed esterne) presenti nel sistema locale oggetto di armonizzazione.

4 concetti da ricordare

- Reiki è **lo strumento** di una disciplina strutturata che da un punto di vista terapeutico **ha come obiettivo** l'armonizzazione del sistema locale mente-corpo.
- Reiki **agisce per risonanza** attraverso l'operatore ripristinando una relazione di risonanza armonica fra le particelle.
- Reiki come terapia **complementare è adatta a trattare** qualsiasi tipo di disarmonia del sistema mente-corpo proprio perché agisce per risonanza.
- Unitamente alle terapie della medicina ufficiale Reiki può **aumentare le probabilità di guarigione** in quanto contribuisce a diminuire le interferenze alle relazioni di risonanza armonica.

Grazie

DOMANDE?



Benefici del Reiki

La letteratura scientifica in Italia e nel mondo

Gabriella Piazza

WHO

Organizzazione Mondiale della Sanità

The screenshot shows the WHO website's search results for the term 'reiki'. The navigation bar includes 'World Health Organization', 'Health Topics', 'Countries', 'Newsroom', 'Emergencies', and 'About Us'. The search results are displayed in a table with columns for 'WHO Regional sites', 'All results', and 'Search results'. The search results section shows 1-10 of 15 results, sorted by date. The first result is a PDF document titled 'WhoGlobalReportOnTraditionalAndComplementaryMedicine2019.pdf' (5mb) from the Global region. The snippet for this result mentions 'reiki' and lists various traditional practices like aromatherapy, hands-on healing, hypnotherapy, and reflexology.

WHO Regional sites	All results	Search results
America(12)		
Global(3)		
Topic		1 - 10 of 15 results
Antiretroviral Therapy(14)		Sort by date / Sort by relevance
Hospitals(14)		https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/WhoGlobalReportOnTraditionalAndComplementaryMedicine2019.pdf pdf
Human Right(14)		, traditional midwives, therapeutic massage, hypnotherapy, reiki , reflexology, hands-on healing...practices such as aromatherapy, hands-on healing, hypnotherapy, reflexology and reiki are used by 1–19...such as aromatherapy, hands-on healing, hypnotherapy, reflexology and reiki . 22. Namibia National policy on T&CM...
Sexually Transmitted Infection(14)		https://www.who.int/traditional-complementary-integrative-medicine/WhoGlobalReportOnTraditionalAndComplementaryMedicine2019.pdf - 5mb
Adolescent Health(12)		Global
Cancer(11)		
Musculoskeletal(10)		

OPS/OMS | La Fundación Pro Unidad de Cuidado Paliativo de Costa Rica recibió el Premio Sasakawa de la OMS

como fisioterapia, terapia ocupacional, hipnosis y **reiki**. También ofrece formación para los familiares...

https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14386&Itemid=72261&lang=es - 35k

America

PUBMED: ARTICOLI

NCBI Resources How To Sign in to NCBI

PubMed.gov US National Library of Medicine National Institutes of Health PubMed reiki Search Help

Create RSS Create alert Advanced

Article types: Clinical Trial, Review, Customize ...

Text availability: Abstract, Free full text, Full text

Publication dates: 5 years, 10 years, Custom range...

Species: Humans, Other Animals

Clear all Show additional filters

Format: Summary Sort by: Most Recent Per page: 20 Send to Filters: Manage Filters

Best matches for reiki:

[Reiki Is Better Than Placebo and Has Broad Potential as a Complementary Health Therapy.](#)
McManus DE et al. J Evid Based Complementary Altern Med. (2017)

[Reiki for depression and anxiety.](#)
Joyce J et al. Cochrane Database Syst Rev. (2015)

[An exploratory study of reiki experiences in women who have cancer.](#)
Kirshbaum MN et al. Int J Palliat Nurs. (2016)

Switch to our new best match sort order

Sort by: Best match Most recent

Results by year



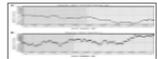
Download CSV

PMC Images search for reiki

Search results

Items: 1 to 20 of 2906

<< First < Prev Page 1 of 146 Next > Last >>



PUBMED REVIEWS

NCBI Resources How To Sign in to NCBI


PubMed

Search

US National Library of Medicine
 National Institutes of Health
 Create RSS Create alert Advanced
Help

Article types clear

- Clinical Trial
- Review**
- Customize ...

Text availability

- Abstract
- Free full text
- Full text

Publication dates

- 5 years
- 10 years
- Custom range...

Species

- Humans
- Other Animals

[Clear all](#)

[Show additional filters](#)

Format: Summary ▾ **Sort by:** Most Recent ▾ **Per page:** 20 ▾ **Send to ▾** **Filters:** [Manage Filters](#)

Best matches for reiki:

[Reiki Is Better Than Placebo and Has Broad Potential as a Complementary Health Therapy.](#)
 McManus DE et al. J Evid Based Complementary Altern Med. (2017)

[Reiki for depression and anxiety.](#)
 Joyce J et al. Cochrane Database Syst Rev. (2015)

[An exploratory study of reiki experiences in women who have cancer.](#)
 Kirshbaum MN et al. Int J Palliat Nurs. (2016)

Switch to our new best match sort order

Sort by:

Best match
Most recent

Results by year ▲



[Download CSV](#)

Titles with your search terms ▲

The Power of **Reiki**: Feasibility and Efficacy of [J Pediatr Oncol Nurs. 2019]

Reiki for Pain During Hemodialysis: A

Search results

Items: 1 to 20 of 520
 << First < Prev Page of 26 Next > Last >>



Filter your results

Date ⓘ

Publication date

The last 3 months 0

The last 6 months 0

The last 9 months 0

The last year 0

The last 2 years 0

Custom Range:

Cochrane Reviews 2	Cochrane Protocols 0	Trials 91	Editorials 0	Special collections 0	Clinical Answers 0	Other Reviews
-----------------------	-------------------------	--------------	-----------------	--------------------------	-----------------------	---------------

2 Cochrane Reviews matching Reiki in Title Abstract Keyword

Cochrane Database of Systematic Reviews
Issue 9 of 12, September 2019

Select all (2)
 [Export selected citation\(s\)](#)
 [Hide all previews](#)

Order by Relevancy ▼ Results per page 25 ▼

1 **Reiki for depression and anxiety**

Janine Joyce, G Peter Herbison

Hide Preview ▲ [Intervention](#) [Review](#) [3 April 2015](#) [Free access](#)

Abstract - Background

Anxiety and depression affect many people. Treatments do not have complete success and often require people to take drugs for long periods of time. Many people look for other treatments that may help. One of those is Reiki, a 2500 year old treatment described as a vibrational or subtle energy therap...



Filter your results

Year



Year first published

- 2019 1
- 2018 3
- 2017 5
- 2016 13
- 2015 7

Custom Range:

to

Cochrane Reviews
2

Cochrane Protocols
0

Trials
91

Editorials
0

Special collections
0

Clinical Answers
0

Other Reviews

91 Trials matching **Reiki** in Title Abstract Keyword

Cochrane Central Register of Controlled Trials

Issue 9 of 12, September 2019

Authenticate to get access to full CENTRAL content

Unlock the potential of Cochrane Evidence >

Order by

Results per page

1

Effects of Reiki on Stress

NCT00346671

<https://clinicaltrials.gov/show/nct00346671>, 2006 | added to CENTRAL: 31 May 2018 | 2018 Issue 5

Topical Review Article

Reiki Is Better Than Placebo and Has Broad Potential as a Complementary Health Therapy

David E. McManus, PhD¹ 

Journal of Evidence-Based
Complementary & Alternative Medicine
2017, Vol. 22(4) 1051-1057
© The Author(s) 2017
Reprints and permission:
sagepub.com/journalsPermissions.nav
DOI: 10.1177/2156587217728644
journals.sagepub.com/home/cam



This article is protected by copyright. To share or copy this article, please visit copyright.com. Use ISSN#10786791. To subscribe, visit alternative-therapies.com.

CASE SERIES

EFFECTS OF REIKI ON PAIN AND ANXIETY IN THE ELDERLY DIAGNOSED WITH DEMENTIA: A SERIES OF CASE REPORTS

Beverly Meland, RMT

Beverly Meland, RMT, is a certified Reiki master teacher in the Usui System of Natural Healing, Evanston, Illinois. (*Altern Ther Health Med.* 2009;15(4):56-57.)

group activities. Alice's heart rate decreased 5.19% or 3.38 bpm per session. She was more relaxed and talkative and generally in good spirits. Staff members reported that she was willing to participate in more activities. Her family reported Alice had less sad-



Reiki for depression and anxiety (Review)

Joyce J, Herbison GP

Joyce J, Herbison GP.

Reiki for depression and anxiety.

Cochrane Database of Systematic Reviews 2015, Issue 4. Art. No.: CD006833.

DOI: 10.1002/14651858.CD006833.pub2.

www.cochranelibrary.com

Reiki for depression and anxiety (Review)

Copyright © 2015 The Cochrane Collaboration. Published by John Wiley & Sons, Ltd.

WILEY



Complementary therapies for chronic plaque psoriasis (Protocol)

Monson CA, Silva V, Andriolo RB, Kozasa EH, Sabbag CY, Paula CAD, Tweed JA, Fernandes Moça Trevisani V

Monson CA, Silva V, Andriolo RB, Kozasa EH, Sabbag CY, Paula CAD, Tweed JA, Fernandes Moça Trevisani V.

Complementary therapies for chronic plaque psoriasis.

Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 7. Art. No.: CD011243.

DOI: 10.1002/14651858.CD011243.

www.cochranelibrary.com

ISSUES AND INNOVATIONS IN NURSING PRACTICE

Biological correlates of Reiki Touchsm healing

Diane Wind Wardell PhD RNC

Associate Professor, School of Nursing, University of Texas Houston Health Science Center, Houston, Texas, USA

and Joan Engebretson DrPH RNC

Associate Professor, School of Nursing, University of Texas Houston Health Science Center, Houston, Texas, USA

Submitted for publication 17 September 1999

Accepted for publication 14 September 2000

Teaching Nurses Reiki Energy Therapy for Self-Care

Angela Brathovde, MSN, RN, BC, HNB-BC, *Robert Wood Johnson Barnabas Health, Monmouth Medical Center*

Abstract

Reiki energy therapy benefits both practitioner and recipient in assisting the body to heal. Reiki Level I was taught as a self-care practice to a convenience sample of 24 baccalaureate-prepared registered nurses. The purpose of the study was to replicate an original pilot study by Brathovde (2006) which asked the question: If Reiki Level I energy therapy were taught to health-care providers as a self-care practice, would the perceptions of their own caring behaviors change? A mixed-methods research technique was utilized: demographic data, a self-report Caring Efficacy Scale before and after Reiki training, and interview. From before to after Reiki training, Caring Efficacy Scales demonstrated positive change in the participants' perceptions of their own caring behaviors. This also showed a relationship to the themes arising from qualitative data, which were identified as calm presence, spiritual connection, the importance of caring for the self in order to care for others, and using more personal self-care and reflective practices. The findings of this study have practical importance to nursing practice, as nurses working in our current health-care environment can benefit from utilizing self-care practices in order to provide more compassionate care to their patients and to enhance their own caring behaviors.

learning Reiki Level I. Four themes emerged from analysis of the data obtained from semistructured interviews and questionnaires: calm presence, spiritual connection, the importance of caring for the self in order to care for others, and using more personal self-care/reflective practices.

A study by Cuneo et al. (2011) determined the impact of Reiki education, training, and practice on work-related stress for registered nurses. Seventeen registered nurses completed Cohen's Perceived Stress Scale after receiving standardized Reiki Level I instruction. Participants were asked to perform 10–15 min. of self-Reiki over a 21-day period and keep a diary of their self-practice. There were statistically significant decreases in scores from baseline to follow-up, and participant diaries suggested a benefit from

Holist Nurs Pract. 2007 Jul-Aug;21(4):167-79; quiz 180-1.

An integrative review of Reiki touch therapy research.

Vitale A¹.

Author information

1 Villanova University, 800 Lancaster Avenue, Villanova, PA 19085, USA. annern2@gmail.com

SS NEFROLOGIA ORBASSANO - TO

[BMC Nephrol.](#) 2013 Jun 21;14:129. doi: 10.1186/1471-2369-14-129.

Reiki and related therapies in the dialysis ward: an evidence-based and ethical discussion to debate if these complementary and alternative medicines are welcomed or banned.

[Ferraresi M](#)¹, [Clari R](#), [Moro I](#), [Banino E](#), [Boero E](#), [Crosio A](#), [Dayne R](#), [Rosset L](#), [Scarpa A](#), [Serra E](#), [Surace A](#), [Testore A](#), [Colombi N](#), [Piccoli BG](#).

Author information

- 1 SS Nephrology ASOU, san Luigi (regione Gonzole 10), Orbassano 10043, Torino, Italy.
marti.ferraresi@gmail.com

REGINA ELENA - ROMA

1. Prof Inferm. 2017 Oct-Dec;70(3):214-221. doi: 10.7429/pi.2017.704214.

[The impact of Reiki on side effects in patients with head-neck neoplasia undergoing radiotherapy: a pilot study].

[Article in Italian; Abstract available in Italian from the publisher]

[Iacorossi L](#)¹, [Di Ridolfi P](#)², [Bigiarini L](#)³, [Giannarelli D](#)⁴, [Sanguineti G](#)⁵.

Author information:

1. PhD, MsC, RN, Nurse Researcher - DITRAR - Istituto Nazionale dei Tumori "Regina Elena" di Roma.

Corresponding Author: laura.iacorossi@ifo.gov.it.

OSPEDALE SAN CARLO - MILANO

Reiki e terapia dell'emicrania

Le tecniche di rilassamento come trattamento integrativo nella cura del dolore

L. Merati, C. Brianzoli, F. Barbagelata, C. Borghi, L. Colombo, *E. Cofrancesco
Azienda Ospedaliera 'Ospedale San Carlo Borromeo', Centro Ambulatoriale di Medicina
Psicosomatica, Milano

*Dipartimento di Scienze Medico Chirurgiche, San Donato, Università degli Studi di Milano

CITTA' DELLA SALUTE -TORINO

J Pediatr Oncol Nurs. 2019 Sep/Oct;36(5):361-368. doi: 10.1177/1043454219845879. Epub 2019 May 3.

The Power of Reiki: Feasibility and Efficacy of Reducing Pain in Children With Cancer Undergoing Hematopoietic Stem Cell Transplantation.

Zucchetti G^{1,2}, Candela F², Bottigelli C¹, Campione G¹, Parrinello A¹, Piu P¹, Vassallo E¹, Fagioli F^{1,2}.

Abstract

Purpose: Reiki is a growing complementary therapy in pediatric oncology that needs evidence to become more credible among the health community. A within-subject design experiment was conducted to pilot testing the feasibility and efficacy of Reiki to provide pain relief among pediatric patients undergoing hematopoietic stem cell transplantation (HSCT). **Method:** Pediatric patients undergoing HSCT during the inpatient phase in the Stem Cell Transplantation Unit were eligible to participate to the pilot study. Short and medium effects were assessed investigating the increase or decrease of patient's pain during three specific time periods ("delta") of the day: morning of the Reiki session versus assessment before Reiki session (within subjects control period), assessment before Reiki session versus assessment after Reiki session (within subjects experimental period) and assessment after Reiki session versus morning the day after Reiki session (within subject follow-up period). The long-term effects were verified comparing the pain evolution in the day of the Reiki session with the following rest day. **Results:** The effect of 88 Reiki therapy sessions in nine patients ($M_{age} = 12$; Female = 61%) was analyzed following a short, medium, and long-term perspective. Repeated-measures analysis of variance revealed a significant difference among the three periods ($F = 17,17$ $p < .0001$): A decrease of the pain occurred in the experimental period in short and medium term, while in the follow-up period, the pain level remained stable. **Conclusions:** This study demonstrates the feasibility of using Reiki therapy in pediatric cancer patients undergoing HSCT. Furthermore, these findings evidence that trained pediatric oncology nurses can insert Reiki into their clinical practice as a valid instrument for diminishing suffering from cancer in childhood.

Progetto *Reiki in ospedale*



Grazie

DOMANDE?



Come introdurre Reiki nelle strutture ospedaliere e nei plessi istituzionali

Eva Molino

Come introdurre Reiki

- In atto di presentazione di un progetto è importante **citare le fonti di altri lavori e protocolli eseguiti** (ospedali-centri-Rsa e altro) corredando il materiale necessario con altri riscontri ottenuti.
- La terminologia utilizzata per stillare la proposta deve essere chiara e corrispondente.

La terminologia

- La terminologia utilizzata per stilare la proposta deve essere chiara e corrispondente.

Usiamo questi termini:

- **professione d'aiuto**
- **operatore olistico**
- **trattamento olistico**
- **disciplina complementare**
- **supporto e affiancamento** per un riequilibrio funzionale.

Prerequisiti

- Chi presenta il progetto (insegnante) deve poter dimostrare l'adempimento alla pratica, il numero di corsi ed attivazioni eseguite nell'anno e la metodica costante alla disciplina, nonché la presenza agli aggiornamenti necessari fatti di studio-ricerca-ritiri-seminari-etc.
- Essere membro di una associazione o scuola Reiki.

Presentazione del progetto

La presentazione del progetto deve comprendere:

- il tempo complessivo di durata dello stesso (3-6 mesi)
- il numero di presenze garantite,
- la rotazione degli stessi operatori riconoscibili per cartellino,
- le ore impiegate,
- il metodo eseguito (che tipo di trattamento: seduti o sdraiati) come si svolge ed il materiale occorrente (lettino, musica, cimbali o altro).

N.B. L'insegnante può condurre con se solo operatori Reiki certificati (attestato) propri o altrui, di cui diventa garante e responsabile in termini di etica e privacy.

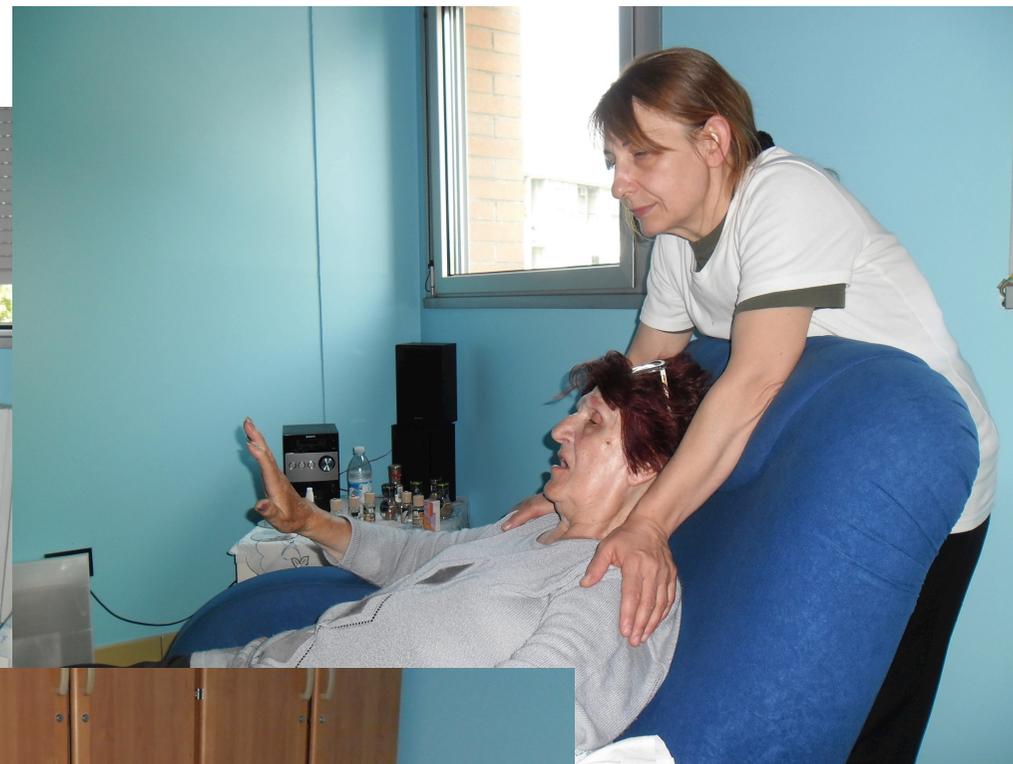
Interlocutori in struttura e relazioni

- **La struttura deve avere un solo interlocutore**, il medesimo che con il proprio gruppo, presenta il progetto.
- Gli operatori debbono sostenere un periodo di “**approccio**” alle corsie che valga essere un tempo di reciproca conoscenza per meglio interagire con il paziente e la sua esclusiva necessità.
- In reparto **adattamento e comprensione** sono le parole d'ordine, non tutto e subito ha la stessa risultanza, occorre accettare ed integrare il quotidiano così come si presenta.
- Valga anche per i dinieghi, le reazioni impreviste o un sovraccarico di richieste.

E' utile ricordare che è bene fare una cartella individuale aggiornata di volta in volta, elencando:

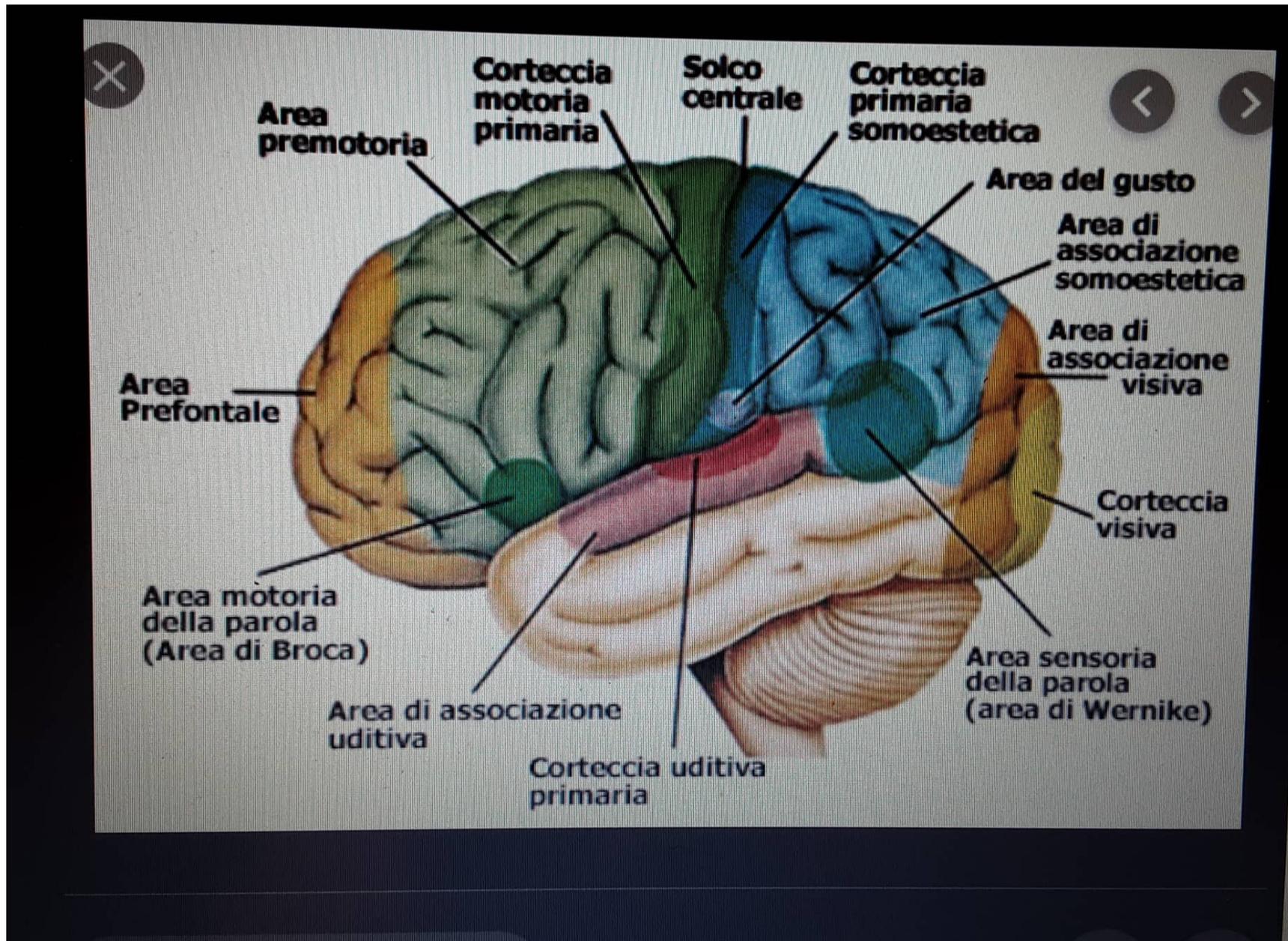
- **data e nome-cognome**
 - **trattamento** (uno o più operatori)
 - **durata dello stesso**
 - **risultanza oggettiva**
 - **e feedback con il ricevente**
-
- Questo modulo sarà a visione soltanto del Direttore sanitario o da chi coordina il progetto.
 - L'operato del gruppo ed il lavoro sulle persone, sarà visionato e documentato da un referente della struttura incaricato di validare i risultati.
 - Questi sono proprietà della struttura ospitante, ed il risultato scientifico del progetto non potrà essere divulgato se non dalla stessa, preservando l'anonimato dei soggetti trattati.



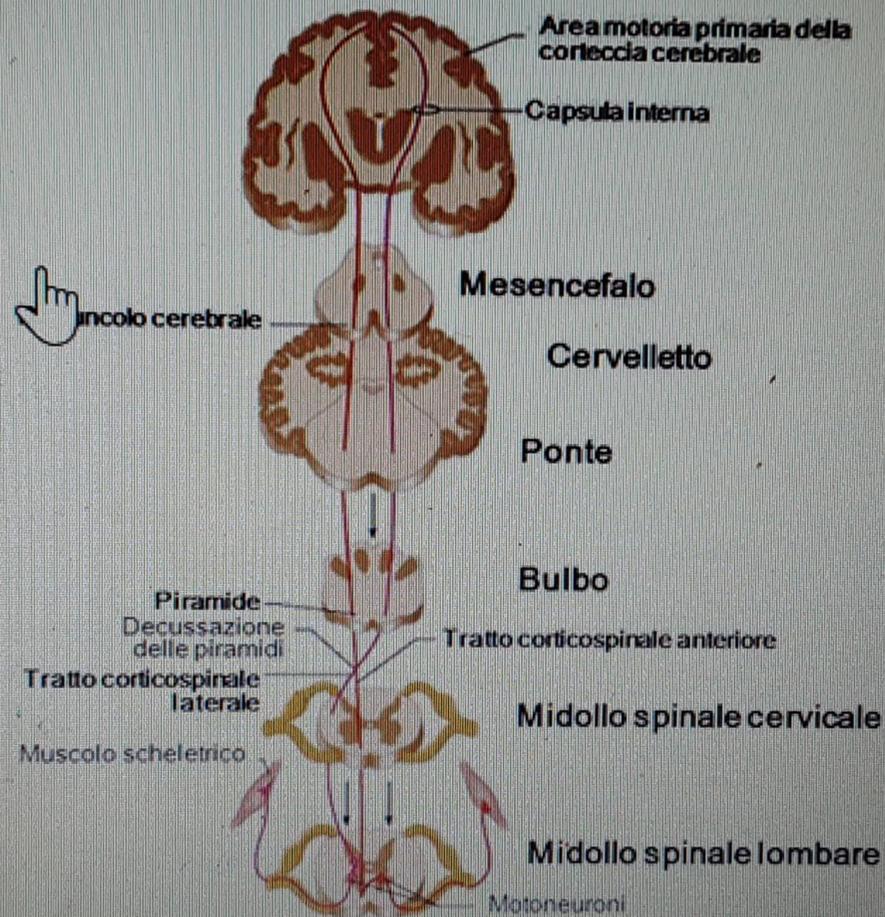


La testa: ovvero il capo

- Tutti i trattamenti iniziano così...perché? *la mia personale opinione*
- Cosa fa il cervello (organo elettrochimico) in comando, istruzione e supervisione del corpo.



Vie motorie discendenti



Vie piramidali (corticospinali) laterale e anteriore

620 x 751

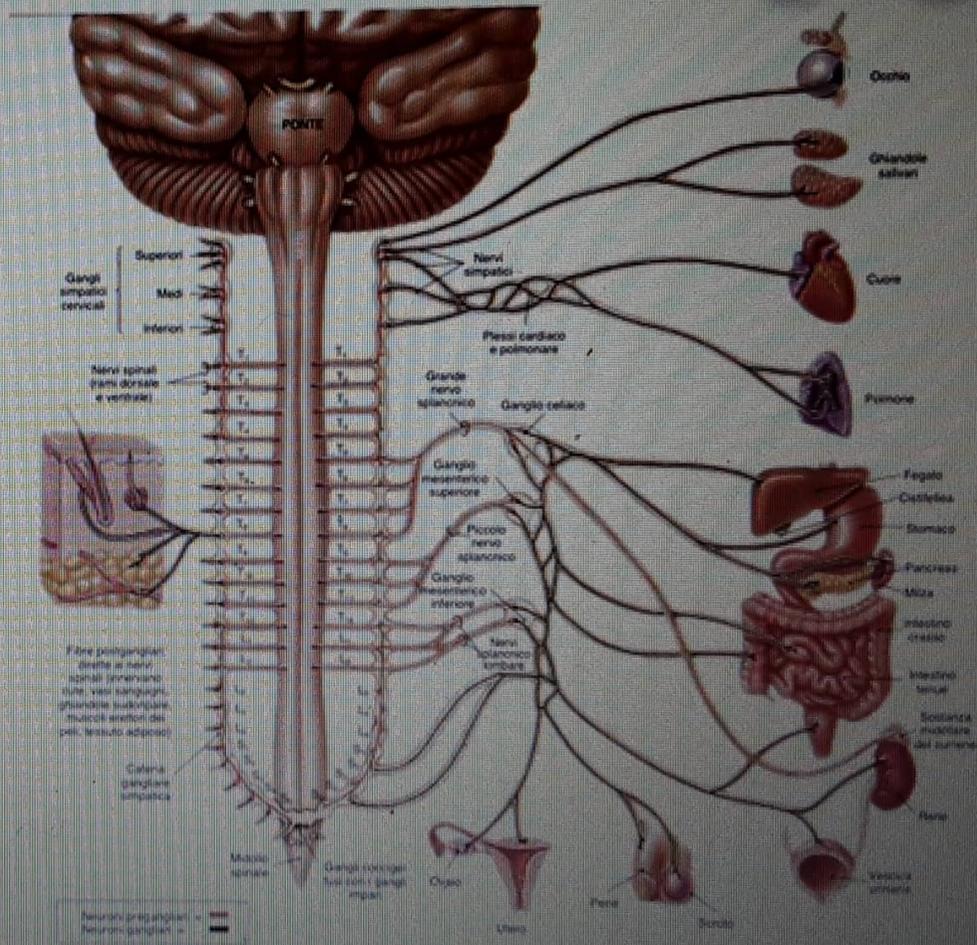
X SISTEMA NERVOSO AUTONOMO

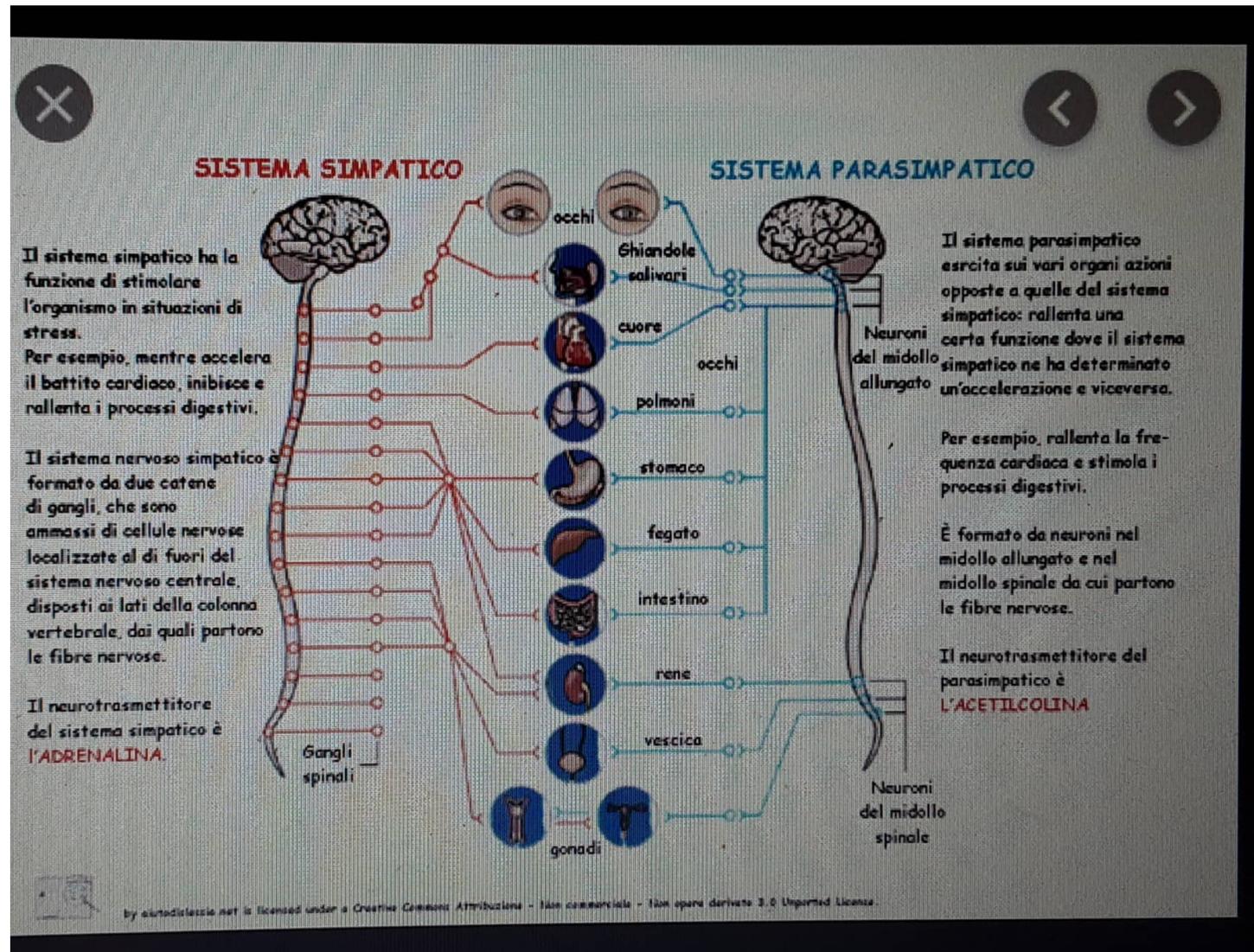
Agisce involontariamente

Il sistema nervoso autonomo dirige in pratica le funzioni vegetative del corpo, vale a dire per es. il tono della muscolatura liscia nei vasi sanguigni, nei bronchioli, la peristalsi intestinale, la secrezione di succhi gastrici e digestivi, la sudorazione, la frequenza cardiaca e molto altro ancora.

Esso si suddivide in 2 parti a volte antagoniste, a volte complementari.

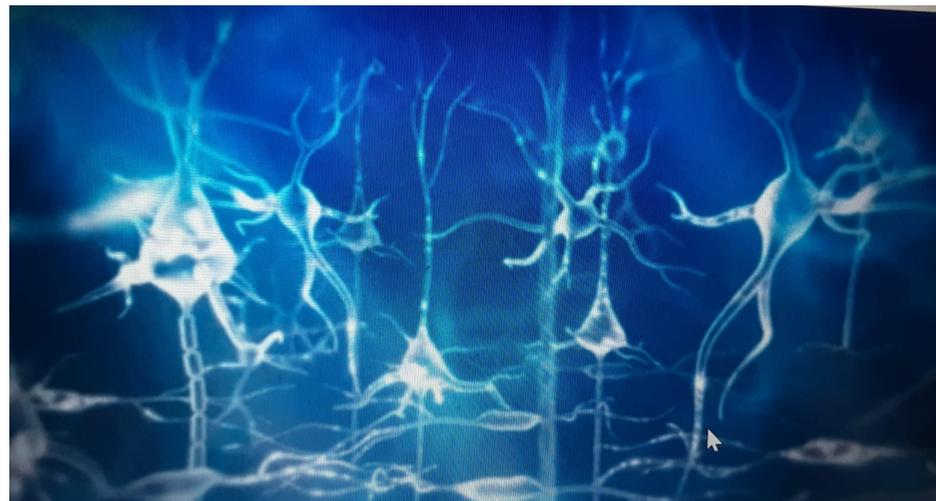
Simpatico
Parasimpatico



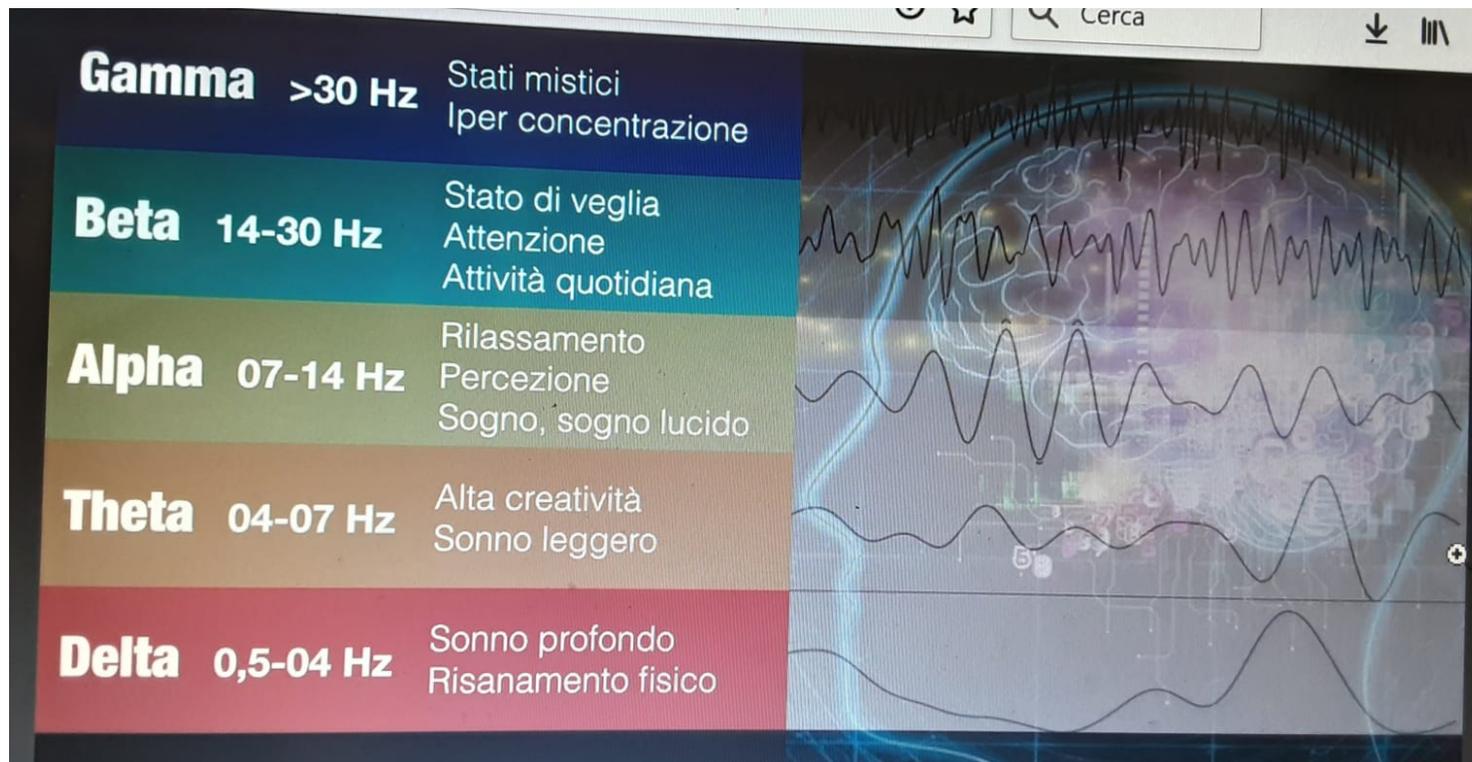


L'attività dei neuroni

- Stati ordinari-straordinari e l'emissione di frequenze
- Fluttuazioni ritmiche di tensioni fra componenti del cervello che lavorano simultaneamente aumentando o abbassando le frequenze senza disconnettersi
- Onde misurabili in Hz su 5 bande principali
- In alti picchi di frequenza si ha l'effetto opposto



L'attività dei neuroni



Le onde cerebrali

Onde Delta da 0,5 a 3-4 Hz

- *maggiore ampiezza e sonno profondo (senza sogni) comune ai neonati meno presenti negli anziani*
- *abbandono totale*
- *supporta il sistema immunitario e la nostra capacità di memorizzare*
- *(in eccesso coma, esperienza pre morte-incoscienza di realtà fisica)*

Onde Theta da 3,5-4 a 8 Hz

- *Capacità di immaginazione, riflessione e sonno.*
- *Elevata nelle emozioni profonde*
- *Rilassamento dopo uno sforzo fisico-psichico (sonno Rem con sogni)*
- *connessione emotiva-intuitiva occhi chiusi corpo fermo*
- *ispirazione creativa, artistica*
- *(in eccesso impedisce la concentrazione, in difetto ansia-stress-insonnia)*

Le onde cerebrali

Onde Alpha da 8 a 13-14 Hz

- *crepuscolo intermedio di calma ma non sonno*
- *si riscontra con tecniche di rilassamento, pratiche meditative e reiki?*
- *Coscienza vigile (sonno Yogico)*
- *stato meditativo leggero equilibrio fra gli emisferi*

Onde Beta da 12-14 a 30-33 Hz

- intensa attività neuronale, occhi aperti focalizzati all'esterno
- vigili, attivi, attività quotidiane
- scatto e risposta ai molteplici stimoli
- massima attenzione e concentrazione
- (in eccesso iperattivazione - ansia e stress nocivo / in difetto apatia, indolenza depressione)

Onde Gamma da 25 a 90-100 Hz

- individuata di recente come frequenza difficile da misurare
- chiamate anche frequenza di armonizzazione fra onde Alpha-Beta-Gamma
- Alta elaborazione cognitiva
- Apprendimento e percezioni (bambini)
- Informazioni sensoriali e stati di gioia
- il sonno Rem ha questa frequenza
- grande energia-poteri psichici,problem solving

La mia proposta

Dato che non vi è nulla in questa direzione che abbia utilizzato Reiki per tracciare grafici identificativi del cambiamento da una frequenza all'altra...

- candidarmi come campione per la ricerca o la sperimentazione per tracciare in grafico l'esito:
 - dell'auto-trattamento
 - del ricevere un trattamento
 - da uno o più operatori
- *per misurare il cambiamento delle onde cerebrali e documentarlo*

Grazie

DOMANDE?